

X. évfolyam 22. szám – 2022. október

Szerkesztette: Pölhe Eszter Réka

Felelős: Skrek Dóra



Napsugár-Vadvirág Krónika



Tartalom

KÖSZÖNTŐ	3
OLVASÓI SAROK	4
Lehet, hogy hiperaktív a gyermekem?	4
Beszédfejlődés – nyelvfejlődés	7
"Mit tehet a szülő, ha dübörög a dackorszak? Az alább sorokban mutatunk egy példát!"	9
"A hiszti nem természetes, és nem, nem nővi ki a gyerek!"- Pribránszki Marianna, a Gyerkőcökkel Suttogó	13
ZÖLD ÓVODA ROVAT	18
Madármentés a Lándzsa utcai óvodában.....	18
BESZÁMOLÓ	20
TERVEZETT PROGRAMOK	22
AKTUALITÁSOK	24
A nyári zárás időpontja	24
A nevelés nélküli munkanapok rendje	24
A nyílt napok időpontjai	24
A vezetői fogadóórák tervezett rendje.....	24
GYEREKSZÁJ	25
Könyvajánló	25

KÖSZÖNTŐ

Kedves Szülők és Gyerekek!

Szeretettel köszöntök minden kedves Gyermeket és Szülőt, köztük az óvodánkba újonnan érkező Gyermeket és Szüleiket!

Megkezdtük a 2022/23-es nevelési évet, ami különlegesnek ígérkezik az alábbi okból kifolyólag:

Remélhetőleg a pandémiás időszakot magunk mögött hagyva a szülők felé nyitott programokkal tudunk újra ebben a nevelési évben működni.

Óvodánk jellemzőit és dokumentumait honlapunkon: www.napsugar16.hu olvashatják.

Örömmel tudatom, hogy óvodánk Játékos Világ alapítványi számlájára a NAV az SZJA 2021. évi 1 %-ok felajánlásából 568.000 Ft-ot utalt. Köszönöm felajánlásait, és kérem, ha tehetik, továbbra is támogassák alapítványunkat. Az összegből tavasszal vásárolunk majd a gyerekeknek.

Az alapítványba tavaly befolyt összegből a gyermekek fejlesztésére, oktatására az alábbiakat vásároltuk 2022 őszén 375.000 Ft (csoportonként 25.000 FT) értékben vásároltuk játékokat, könyveket.

Bízom benne, hogy együttműködésünkkel folyamatosan erősítjük a család - óvoda partneri kapcsolatát.

Köszönöm a nevelőtestületünk felé megnyilvánuló bizalmukat és segítségüket!

A legjobb tudásunkkal, magas színvonalú pedagógiai munkánkkal igyekszünk megszolgálni, hogy a legföltettebb kincsüket, a gyermeküket ránk bizzák.

Tisztelettel: Skrek Dóra
intézményvezető

Lehet, hogy hiperaktív a gyermekem?

Mennyire gyakori ma a hiperaktív gyermek, és mik a hiperaktivitás tünetei?

Nehéz pontos számot mondani, becslések szerint a gyerekek 10%-a érintett. A két fő tünet: a figyelem, a koncentráció fenntartásának nehézsége és a motoros nyugtalanság. Jellemző még a kontroll hiánya, a hirtelen, gondolkodás nélküli cselekvés, az impulzivitás, a szabályok elutasítása. Ezekre nagyrészt óvodás- vagy iskoláskorban derül fény, de már egészen kicsi korban is vannak jelei, például a feltűnő aktivitás és az óvatosság hiánya.

Hogyan lehet megkülönböztetni, hogy egy kisgyermek stresszes környezete hatására viselkedik-e furcsán, vagy valóban ADHD-val küzd?

Leginkább a tünetek állandóságában van különbség. Akinél az aktuális környezeti helyzet okozza a tüneteket, annak elmúlnak a tünetei, ha a szükségleteit kielégítheti (szülői figyelem, szeretet, mozgás). Ő valójában a környezetére reagál. Vagyis, ha a szülők változtatnak, a gyerek is változni fog. A hiperaktív – ADHD-s – gyerekeknél ez sajnos, nem ilyen egyszerű. Az ADHD vagy figyelemhiányos hiperaktivitás-zavar (attention deficit hyperactivity disorder) diagnózisát azonban csak az erre alkalmas szakmai stáb (pszichiáter, pszichológus, gyógypedagógus) állíthatja fel – megfelelő tesztek, felmérések és megfigyelések alapján. Ez sokszor nem könnyű, mert más zavarok, károsodások is állhatnak hasonló tünetek mögött (tanulási zavar, értelmi, érzékszervi károsodás).

Gyógyítható a hiperaktivitás?

Nem, minthogy ez nem betegség, inkább állapot. Léteznek gyógyszeres kezelési formái – szigorú szakorvosi kontroll mellett –, amelyek közvetlenül az idegrendszerre hatva csökkentik a tüneteket. Illetve alkalmazható kognitív viselkedésterápia, melynek célja, hogy a szakemberek a gyermeket életkorának megfelelő szinten megtanítsák együtt élni ezzel az állapottal, és segítsék abban, hogy képes legyen hatékonyan uralni megnyilvánulásait.

Fontos a szülők felkészítése, hogy ők is tudjanak segíteni a gyermeküknek. Már önmagában az nagy változást hozhat a reakciókban, ha a szülők megértik, hogy a gyermek nem azért nem

várja ki a vacsora végét a széken ülve, mert nem akarja, hanem mert nem tudja, az idegrendszere „nem engedi”.

A tünetek a gyerek növekedésével általában csökkennek, felnőttkorra akár csak egészen enyhe formában maradnak fenn.

***A hiperaktív gyerek* című könyvében dr. Silvia Franz felhívja a figyelmet arra, hogy az édesanyák kialvatlansága, valamint a nagy stressz, ami egy hiperaktív gyermek nevelésével jár, ugyancsak nehezíti a helyzetet. A kimerült szülők kevésbé képesek konzekvensek maradni, ettől a gyermek bizonytalanná válik és súlyosbodhatnak a tünetei.**

Mi segíthet a szülőknek kiszabadulni ebből az ördögi körből?

A különféle szülőcsoportok, amelyekben a szülők kicserélhetik tapasztalataikat, és célzott segítséget is kaphatnak a szakemberektől. Természetesen az ADHD-s gyereket nevelő szülőknek is nagyon fontos az énidő: a sporttevékenység, a séta a természetben, vagy bármi, ami feltöltheti őket. Hiszen ha ők jól vannak, akkor megfelelően tudnak reagálni a gyermek viselkedésére. Sokat segíthet a támogató családi környezet, amely olykor tehermentesíteni tudja a szülőket.

Egyre korábban adjuk gyermekeink kezébe az okostelefont, a számítógépet, a televízió távirányítóját stb. –hogyan ez befolyásolja az ADHD-t?

Röviden: minden gyerekre nagyon rossz hatással vannak ezek a kütyük. Kicsit hosszabban: erősítik a hiperaktivitás tüneteit, hiszen a gyermek szervezete óriási ellentétet tapasztal azáltal, hogy az agy és az idegrendszer elárasztódik ingerekkel, mialatt a test teljesen passzív marad.

Ha túlterheljük a gyermek idegrendszerét, nem csoda, ha azután ezt ki kell mozognia magából. Emellett a nem megfelelő tartalom nézése bizonyítottan növeli az agresszív viselkedést és az impulzivitást. A mai világban természetesen elengedhetetlen az okoseszközök használata, ezeket a gyerekek elől sem lehet teljesen elzárni, de nem mindegy, hogy mennyi idősen és mennyi időt tölthetnek el velük, továbbá hogy mit csinálnak, mit nézhetnek rajtuk. Ez a szülő felelőssége!

Kim John Payne *Egyszerűbb gyermekkor* című könyvében olvasható, hogy az állandó, nyugodt napi ritmus, a jóval kevesebb program és inger rengeteget tud segíteni a hiperaktivitással küzdő gyerekeknél. Egyetért vele?

Igen, hiszen valamennyire a hiperaktivitással küzdő gyermekek is reagálnak a környezetükre, még ha a tüneteik nem is tűnnek el. Jellemző rájuk, hogy amikor telítődtek – elfárad az idegrendszerük –, akkor pörögnek be még jobban, vagyis felerősödnek az ADHD-tünetek. Nagy aktivitásuk ellenére sem jó tehát, ha sok-sok programmal pakoljuk tele a hetüket – többféle sport, ovis angol, játszóház stb. –, ami lefárasztja őket. Nekik is szükségük van pihenőidőre.

Készítette: Koltai Kinga – óvodapszichológus

Elérhetőség: koltaikinga@gmail.com



Beszédfejlődés – nyelvfejlődés

A beszéd egy igen bonyolult idegrendszeri folyamat. Megfelelő fejlődéséhez három fontos tényező szükséges:

1. ép hallás
2. ép beszédszervek (jól működő)
3. beszélő környezet

Az ép beszédfejlődésnek szakaszai vannak és ezeken minden gyermek átmegy. Nagy egyéni különbségek lehetnek benne (van, aki már egy éves korában elkezd beszélni, de van, aki csak három évesen).

Az ép beszédfejlődés szakaszai:

- **kiáltások** szakasza
- **gagyogás** időszaka
- a **beszéd megértésének** az időszaka
- a **beszéd önálló fejlődési** szakasza

Már **születés előtt** a hat hónapos magzat **észleli és reagál anyanyelve hangzórendszerére, dallamára, ritmusára.**

Az **újszülöttnak** a születés pillanatában hallatott **sírása az első hangmegnyilvánulás**, melynek jelentősége az egész fejlődésre döntő fontosságú. Ez a sírás akarattól független reflex, amely ha hosszabb ideig elmarad, az agy elégtelen oxigénellátását okozza. Ennek maradandó idegrendszeri károsodás lehet a következménye. Az újszülött élénkebben reagál a beszédhangokra, mint egyéb zajforrásokra. Megkülönbözteti az anyanyelvét más idegen nyelvektől

Már a hatodik hét után kettős magánhangzókat ejt pl: oá, au. A második hónap után a pozitív érzéseit hangokkal fejezik ki.

A **csecsemőkor** 3-6. hónapja a **gagyogás** első szakasza. A gagyogásban a magánhangzók és a mássalhangzók együttesen jelennek meg. A hangadásban önmagát utánozza, megjelennek a köszönőhangok. Ez már egy kapcsolatfenntartó kommunikáció lehet. A kisgyermek többnyire boldogságában gagyog. Ha a csecsemő magára hagyatottan nő fel, ha keveset és ridegen

foglalkoznak vele alig fog gagyogni. Ennek a következménye megkésett beszédfejlődés és súlyos artikulációs zavar lehet.

A **6-9 hónapos** kisgyermek képes a hangjuk alapján felismerni a beszélőket. Gagyogásában már csak az anyanyelve hangzórendszerét alkalmazza, mely egyre hosszabb és változatosabb. Képes gagyogással kommunikálni egy másik személlyel adott tárgyról.

A **9-12. hónap** között az anyanyelvi észlelés és megértés is tovább fejlődik. Megjelennek az **előszavak** (ezeket a környezet értelmes szavaknak minősíti, de ezek még a gagyogás során véletlenszerűen megjelenő szavak). Előtérbe kerül a tárgyra mutató, ez az előfeltétele az első szavak megjelenésének. Mások utánzása is jellemzővé válik.

1 éves kor körül megjelennek az **első szavak** (5-10 szó), egyszavas mondatok. Reagál a nevére és már kb. 50 szót megért. Fontos a gesztus, a mimika, a hangsúly és a hanglejtés a beszédtanulás folyamatában.

1-1,5 éves korában a **szókincs** már 30-100 szó között mozog. Megjelennek a szókombinációk és a „távirati stílusú beszéd” (pl. Baba el.) Képes követni az egyszavas utasításokat. Rámutat a kért tárgyakra, testrészeire. Nemleges válasz esetén fejt csóválja

1,5-2,5 éves kor között „szókincsrobbanás” jellemző (100-200 szó). A beszédben megjelenik a **raghasználat** és a **személyes névmások**. „**Mi ez?**” **korszak**. Kérdésekre bólintással vagy fejrázással válaszol. Felismeri a megnevezett képeket. Megérti a személyes névmásokat. Képes kétféle utasítást megérteni és végrehajtani.

2,5-3 éves korban az aktív szókincs 900-1000 szó közé növekszik. Már három-négy szavas szó szerkezeteket is mond. Ez az **élettni beszédhibák** (pöszesség) és a nem folyamatos beszéd korszaka. Aktívan alkalmazza a megtanult nyelvtani szerkezeteket (hibák megjelenése pl: lókat). „**Kulcsszó**”-stratégiát alkalmaz a megértésben. Eldöntendő kérdésekkel, igennel/nemmel válaszol. Az általános névmás (valaki) jelentésével is tisztában van.

3-4 éves korban tovább növekszik a szókincs, 4-5 szavas mondatokat alkot, a beszéd folyékonyvá válik, élményeket tud elmesélni, biztosan használja a többes számot és a tárgyestét. „**Miért?**” **korszak**. Négy szint ismer fel. Ellentétekkel tisztában van. Kategóriák alapján mutat meg tárgyakat. Átvitt értelmű beszélgetéseket is egyre jobban megért. Finomodik a beszédészlelés, egyes hangokat könnyebben (a, o, u), másokat nehezebben (ö, ü) ismer fel.

4-5 éves korban összetett mondatokat alkot, képes elismételni a hallott történetet.

5 éves kor után a mássalhangzók rendszere a gyermekek többségénél kialakul, már korrekten produkálják azokat. Egyre kevésbé fordul elő a túláltalánosítás, pl. kenyért kenyeret helyett. **Fejlődik a globális megértés.** Az időbeliség fogalma kialakult. Képes követni az összetett verbális utasításokat.

6 éves korban a szókincs már 3000 szó. Kialakult a raghasználat. Anyanyelve hangzórendszerét képes tisztán artikulálva használni. Megjelenik a felnőtt nyelvi minta és az összes toldalékot megfelelően használja. Képes anyanyelve hangzórendszerének felismerésére, azonosítására. A szerialitás, a hangok egymásutánisága kerül előtérbe, vagyis a gyermek felismeri, hogy egy hang a hangsorban hol helyezkedik el.

A nyelv, a beszéd igen természetes, magától értetődőnek tűnő kommunikációs képessége az embernek. Csak mi tudjuk beszélt vagy írott nyelvi formában kifejezni igényeinket, szükségleteinket, érzelmeinket, hogy tájékoztassuk környezetünket állapotunkról, gondolatainkról, hogy ismeretekhez juthassunk, információt cseréljünk múlttól, jövőről, megtörtént vagy akár kitalált eseményekről. Mindezt a nyelv teszi lehetővé, amelyet meg kell tanulnunk érteni és létrehozni, hogy a kommunikáció eszközeként tudjuk használni. A nyelv tulajdonképpen egy megalkotott „második világ”, olyan rendszer, amely lehetővé teszi ebben a második világban, a fejünkben, hogy az első világról kommunikáljunk a beszélt nyelv (a beszéd), később pedig az írott nyelv segítségével is.

Készítette: Csécsesi Edit
logopédus



"Mit tehet a szülő, ha dübörög a dackorszak? Az alább sorokban mutatunk egy példát!"

"Tegyük fel, hogy szélel bélelt kisasszonyunknak van egy kisöccse. Egy kisfiúcska, aki azon kívül, hogy igazán jóra való és vitéz lelkülettel megáldott harcos legény, de a fáradt napjainkban még pont nekünk valóan küzdő szellemű is. Nos, mint tudjuk, a hozzájuk hasonló hős kalandorok esténként nagyon nem szeretik levetni harci díszeket, a kardot, páncélt csak azért, mert mi ezt kérjük tőlük. Ezek a gyermekek abban a pillanatban, amikor elhangzik az anyai varázsmondat - "Jön az alvás!" - akkor egy szempillantás alatt változnak át vad tekintetű, vicsorgó fogú és minden frekvencián morogni képes kistermetű oroszlánokká. És igen! Valódi élmény őket lefektetni.

Azon a bizonyos estén sem történik ez másképp, amiről most szó esik. Amikor is ott áll előttem esti szerelésében ez a gyermek, ami nyilván nem lehet más, mint a földi valóság elemei közül választott 32-es görkorcsolya a 27-es lábacskaáján és az elmaradhatatlan focimez. Meg a belső mágikus vitéz virtus. Totál kompakt ez a gyermek. Aki ezzel a belső - külső összhangjával együtt a mese után oda is gurul hozzám és megkérdi:

- *Anyaaa, játszhatunk még egy kicsit a szobában?* - és eme drága gyermek hősies hangjában lágyan rezdül meg a könnyörgés összes színárnyalata. Mondjuk, hogy majdnem el is olvadok tőle, de szerencsémre már harcedzett anyja vagyok ennek a legénynek, így szelíden és határozottan válaszolok neki.

- *Csibebogyóka, tudom, hogy szeretnél még játszani, de csatold le kérlek a lábbelid, mert jön az alvás.*

- *Aaaaj!* - dörren hirtelen vissza rám a most már oroszlánbőrbe bújt kis esti hős.

- *Nem akarok aludniiii!* - folytatja vehemens kinyilatkoztatását a legény, és mindezt teszi olyan bizonyossággal, mint aki amúgy egyáltalán nem is fáradt.

Ahogy így áll harcias tekintettel előttem, én továbbra is állom a sarat, amivel szelíden és határozottan közlöm vele is a tény:

- *Megértem Macika, és sajnálom, de jön az alvás.* - néha magam is elcsodálkozom ezen a nagy higgadtságon.

De most pont nem érek rá magamra rácsodálkozni, mert ez a kismazsola máris néz rám az elfancsalodott tekintetével és már látom is a száján. Görbül lefelé. De nagyon. És igen, a következő pillanatban már teli szájjal, szívet szaggató sírásba is fordul az a korábbi alig dobhártya perzselő, oroszlánhangú üvöltés. Anyai szívem együtt érző szeretettel nézi a

gyermekét, aki ott áll előtte a csónak görkorcsolyában, fejhangon sírva bele a pillanatba. Hát, szívszorító egy látvány, meg kell hagyni. De hős gyermeknek hős az anyja, és kitartásban jeleskedünk páran azért itthon. Közelebb megyek így ehhez a kismackóhoz. Leguggolok hozzá, megölelem, ölembe ültetem, és miközben óvatosan hozzálátok, hogy lecsatoljam négykerekű járgányának egyik tagját a lábáról, megkérdezem tőle:

- *Édesem, mit gondolsz az alvásról?* - mert közben rendezem is kicsit a gondolataim és eszembe jut, hogy valójában lehet, hogy itt van a kutya elásva.

- *Féélek, hogy jönnek a szellemek!* - aggódó arcán a hüppögés hangjával nyitja meg elméjét ez a pöttöm kisgombolyag.

- *Értem. Mit gondolsz, miért jönnek a szellemek?*

- *Hogy elvigyenek!* - válaszol teljes meggyőződéssel.

- *Hm. Hová?* - érdeklődve kérdezek vissza, miközben a másik lábbelit is lecsatolom.

- *Egy barlangba, ahol sötét van.* - folytatja rémült ábrázattal ijesztő gondolatai kivetítését ez a pár perce még önmagát mindenkit legyőzni képesnek érző apró hős. Mondjuk, nem csodálom, elég rémisztő is a sztorija, én is félnék ettől.

- *Értem. És te mit szeretnél?* - kérdezem őt hát tovább, csak hogy megtudjuk most már akkor tényleg, hová is tartunk épp ebben a teljes tudatosságban.

- *Hogy legyen velem egy felnőt!* - és ő közli velem mély meggyőződéssel a belső hitét.

- *Értem. Borsókám!* Már ügyesen elalszol egyedül a szobádban. Ma is menni fog ez. - hangzik el a hős anyai mantrám, belülről, számon kifelé vissza ennek a legénynek, szintén teljes meggyőződéssel.

- *De féélek!* - és ismét ott vagyunk, ahonnan elindultunk. Alig lesz hosszú ez beszélgetés.

- *Mit gondolsz, meg tudod magad védeni?* - puhatolózok kicsikét, hová tűnt az ereje ily hirtelen ennek az aranygyermeknek.

- *Nem.*

- *Értem. Miért nem?*

- *Mert én kicsi vagyok, a szellemek meg nagyok. És láthatatlanok.*

- *Hm. Hát igen, ez így nehéz neked most. Tudod mit? Gondolkozzunk ezen akkor közösen, addig gyere, menjünk el pisilni még egy utolsót, hátha közben eszünkbe jut valami megoldás.*

- *Jó, de úgysem fog eszünkbe jutni semmi* - vetíti előre édes Kincsem újabb aggodalmát, de tartom a topicot, és maradunk az eredeti témánál.

- *Miért nem?*

- *Nem tudom.* - válaszol lehangoltan, és közben már a kezét mossa.

- *És mi a helyzet a kardoddal? Az hol van?*

- *Anyaa, az túl kicsiiii!* - torkollja le tudatlanságom ez a nagyon okos gyermek.

- *Ez igaz.*

- *Ha nagyobb lenne, jó lenne!* - csillan fel a remény benne és bennem is. Csak megoldjuk mi ezt a helyzetet, még ma.

- *Mekkorára gondolsz?*

- *Ami a plafonig ér.*

- *Az tényleg jó nagy.*

- *Igen. Az óriáási.* - és gyermekem máris azt a lendületét árasztja magából, amit nem tudom, honnan gyűjtött be magában ennyi idő alatt.

- *Honnan lehetne ilyen kardot szerezni most?* - veszem fel a fonalat, hisz ez akkor tényleg izgalmas dolog.

- *Nem tudom. De ez meg tudna védeni.*

- *Ez igaz. Gyere Bogyóka, menjünk a szobába.* - reményeim netovábbja gyűlt össze ebben a pár szóban.

- *Nem!* - ami ettől a választól szerte is foszlott. Mondjuk szerencsémre csak egy pillanatra. Mert már fel vagyok készülve valami hasonlóra. Karomba veszem hát ezt a legényt, megölelem, és úgy mondom neki tovább a belsőm.

- *Édesem, tudom, hogy ez most nehéz neked, de én itt vagyok neked, rám számíthatsz. Én meghallgatlak, és Bízok benned. Együtt bármit meg tudunk oldani, mi egy csapat vagyunk.* - és anyából árad a *flow* meg a *csi* meg a *#pure #love*.

- *Nem vagyunk egy csapat!* - és üvölti le hirtelen haraggal fejem összes hajszálát válaszában ez a *flowban* áradóan szeretett gyermek. És hogy véleményét nyomatékosítsa, kezével már próbálja is arcomat átrendezni. Ekkor szólok neki, hogy, ha lehet, gondolkozzon, mit csinál velem, mert arcplasztikát nem tervezek mostanság. Hála az égnek, ez a gyermek gondolkozik, és inkább csak ríogat a mancsával a kérésem után. Majd egyszer csak belefárad az egész ríogatós hadműveletébe, ernyedten rám dől, hosszan megöleljük egymást és engedi, hogy ágyába helyezzem piciny testét. Megpuszílom, ő visszapuszil, és a szeretlek után, amikor betakarom, már mondja is:

- *Anyá, a kardom láthatatlan és az égig ér."*

Készítette: Bárdos Mia
gyógypedagógus

“A hiszti nem természetes, és nem, nem növi ki a gyerek!”- Pribránszki Marianna, a Gyerkcökökkel Suttogó

Három nap alatt bármilyen új szokást be lehet vezetni, vallja Pribránszki Marianna, azaz a Gyerkcökökkel Suttogó, aki több száz gyerek szüleinek segített megoldani nevelési problémáikat. Bevallott vesszőparipája a rend és a rendszer a gyerek életében, de szerinte ez nem ridegséghez, hanem éppen az ellenkezőjéhez vezet.

Sokan ismerik a Szuperdada sorozatot, amelynek szakértője házhoz megy, és a családok életét, működését közelebbről is megismerve ad használható módszereket a gyerekevelési problémákkal küzdő szülők kezébe. Pribránszki Marianna pont ezzel foglalkozik; naptárja két hónapra előre tele van, akad, aki már a gyermeke születése előtt kikéri a véleményét.

– Nem szeretem azt a kifejezést, hogy „problémás gyerek”, hiszen a gyerek mindig a család tükre. Ha nem tetszik, amit látsz, neked kell változnod.

Ezért én nem gyerekekkel, hanem családokkal foglalkozom – mondja Marianna, aki a „probléma” helyett is szívesebben használja a „feladat” szót. Első alkalommal azért is beszél mindig csak a szülőkkel, mert vallja, a gyerekeknek nem szabad éreznie, hogy ő „problémás”.

Ezek szerint, ha gond van a gyerekekkel, az egész család működésén kell változtatni?

Igen, mert a problémák többségét a szülők egyes helyzetekre adott helytelen reakciója okozza. Egy jellemző helyzet: amikor az anya azt mondja valamire egy egy-kétévesnek, hogy „tedd le, mert leejted és el fogod törni”, majd ez tényleg be is következik, a reakció általában az, hogy ölbe veszi és vigasztalja a gyereket.

Akinek így persze nem az jön le, hogy szót kellett volna fogadnia, hanem hogy a tette következménye egy kellemes ölelés...

Mindegy, mit mondasz a gyerekeknek, ha a tetteid, a gesztusaid mást mutatnak.

Nagyon úgy tűnik, gyereket nevelni most sokkal nehezebb, mint 20, vagy akár csak 10 évvel ezelőtt. Nem könnyebbnek kellene lennie, most, amikor nincsenek tabuk, és a világ összes információja néhány kattintásnyira van?

Én nagyon sajnálom a mai szülőket, mert soha nem volt ilyen nehéz gyereket nevelni! Régen nagyjából egységes volt az értékrend, a nevelési elvek, és legfeljebb a szomszéd család gyakorlatát láttad.

Ma rengeteg a befolyásoló tényező, ott van a szülők kezében az internet, ömlik rájuk a sok, gyakran egymásnak ellentmondó információ, ők pedig nem tudják, kinek higgyenek. Én mindig azt tanácsolom, ne csak azt nézd, mit mondanak, hanem azt is, hogy ki mondja!

Hajat vágatni sem mész olyan fodrászhoz, akinek zsíros haja és öt centis lenövése van, mert ha magára nem igényes, akkor a munkájára sem az. Gyereknevelési tanácsot se fogadj el olyantól, aki számodra nem hiteles és a saját példájával nem mutat utat.

A liberális nevelés megbukott

Néhány éve kiverte a biztosítékot az internetezőknél, amikor felszólaltál a liberális nevelés ellen...

Így volt, igen. Hat évvel ezelőtt én voltam az első, aki ki merté mondani, hogy gátat kellene szabni végre a liberális gyereknevelésnek, mert nem működik. Amikor ezt megírtam, felrobbant a net, lefagyott a levelezőrendszerem, kaptam hideget-meleget...

Tudom, hogy minden szülőnek a gyermeke érdeke és jólléte a legfontosabb, de fel kellene tenniük egy kérdést maguknak: azt szeretném, hogy a gyermekem boldog legyen – de mikor? Most, ebben a pillanatban? Mert akkor engedjük szabadjárá, teljesítsük minden vágyát, adjuk oda neki a csokit és a tabletet, amikor csak kéri. De ha azt akarjuk, hogy hosszú távon legyen boldog, akkor nem erre van szüksége. Inkább tanítsuk meg neki, hogyan tud felelősségteljes életet élni, miről szól a család, és hogy a család működéséhez nem elég, ha a saját vágyai teljesülnek.

Ha már itt tartunk: a fősodorral ellentétes véleményed van például a hisztiről is...

Így van, szerintem a hiszti nem természetes, és nem, nem nővi ki a gyerek.

A hiszti egy segélykiáltás, és meg kell tanítani a gyereket, hogy uralkodjon az érzésein. Elfojtania nem, de kezelnie, kontrollálnia már kicsi korától tudnia kell az érzelmeit.

A fegyelemre, az önuralomra éppúgy meg kell tanítani, mint fogat mosni vagy evőeszközzel étkezni. Fegyelem nélkül nem működik társadalom, óvoda, iskola, és igen, a család zavartalan, boldog, kiegyensúlyozott működéséhez is elengedhetetlen.

Paradoxonnak hangzik, de a szabályok kellenek a gyerek boldogságához?

Igen, mert a korlátok, a szabályok biztonságot adnak neki. Ha azt érzi, hogy hol ő irányít, hol nem, ha nincsenek biztos korlátok az életében, akkor nem tudja, mihez tartsa magát. Azért van ennyi érthetetlen hiszti napjainkban, mert a gyerekek nem tudják, hogy pontosan mit várnak el tőlük, mikor kell, és mikor nem kell betartani a szabályokat, egyáltalán, vannak-e szabályok.

A kontrollhiány miatt állandóvá válik a frusztráció, a bizonytalanság, aminek a következménye agresszió vagy éppen szorongás lehet, a gyerek pedig nem tud önfeledt és boldog lenni.

Régen, ha az utcán sétáló gyerekeket láttam, mindig nevettek, hülyéskedtek, mosolyogtak, ezzel szemben ma nagyon sok a látványosan szomorú gyerek, amitől a szívem szakad meg...

Gyerekkor határok és célok nélkül

„Minicsászárként” viselkedő gyerekekről, agresszív kamaszokról egyaránt sokat hallani.

Melyik a legproblémásabb korosztály?

Nincs ilyen, csak mindegyiknek más gondjai vannak. Azt azonban én is tapasztalom, hogy megnőtt a lelki problémákkal küzdő tinik száma, ami világszintű jelenség és a WHO szerint a helyzet romlani fog.

Azt látom, hogy a tinik életében nincs rendszer, felelősségre nevelés, nincsenek következmények, határok, nincsenek feladataik és céljaik sem. A vesszőparipám, hogy ha nincs rendszer és jó értelemben vett fegyelem egy gyerek életében, akkor mindegy, hogy egy vagy tizenhat éves, ott valami félresiklik.

Látod ennek a következményét a nagyobb gyerekeken?

Persze, sőt, egyre több fiatal felnőtt is fordul hozzám, munkahelyi, beilleszkedési, párkapcsolati problémákkal. Sokan például nem viselik el, hogy egy munkahelyen van valaki fölöttük, vagy nem találnak élelcélt maguknak, és ezek a problémák anyagi, társadalmi helyzetűtől függetlenek. Ennek a megfelelő értékrend hiánya az oka, és ez nem a társadalom, hanem a családok felelőssége. A családban kell megtanulni, hogy viszonyuljunk más emberekhez, a pénzhez, valláshoz, mássághoz. azt látom, hogy tolerancia sajnos sokszor csak elméletben van – amíg az illető környezetében meg nem jelenik valaki, aki más -, a tapintat pedig ritka, mint a fehér holló...

Ma az a fő téma, és ez ömlik a gyerekekre, hogyan lehetsz munka és teljesítmény nélkül gazdag és népszerű, ami nem jó irány.

...és már el is érkeztünk az online térhez, a kütyükhöz, a közösségi médiához. Úgy tudom, ezen a téren egészen durva esetekkel találkozta.

– Riasztó látni, hogy sok gyerek életét teljesen eluralták a kütyük, ami eltorzítja az értékrendjüket és elveszítik a kapcsolatukat a valósággal.

Volt már olyan dolgom olyan gépfüggő 12 évessel, aki, miután letiltották a számítógépezésről, dühében szétverte a lakást. Egy másik anyuka akkor hívott rémulten, amikor délután ötkor a lánya telefonja kiírta, hogy a gyerek 12 óra 47 perce van fent a közösségi hálón. Ő már alig aludt, annyira függővé vált...

Egy ilyen súlyos helyzet persze nem egyik napról a másikra alakul ki; jó kérdés, miért várták meg a szülők, hogy idáig fajuljon a dolog. Mint amikor valaki szenved a dohányzástól, de addig mégsem szokik le, amíg nem közlik vele, hogy a fél tüdejét ki kell venni... Igaz a mondás: ha nem változtatsz, akkor nem fáj eléggé!

Sok szülő mégis idegenkedik az általad előszeretettel ajánlott szülőfelügyelet-alkalmazásoktól, mondván, a gyerekeknek is joga van a magánélethez...

Én erre azt mondom, hogy nekem meg nem jogom, hanem kötelességem, hogy megvédjem őt, a virtuális térben is! Pont úgy, ahogy az utcára sem engedem ki akkor, ha egy rosszarcú ember őgyeleg a közelben.

Rémálom lehet az első nap

Rengetegszer előkerül a cikkeidben, tanácsaidban a rend, a fegyelem fontossága a gyerekek életében. Nem kaptad még meg, hogy ilyen szigorúan ragaszkodni ehhez ridegnek tűnik? Nem veszi el a fegyelmezés a gyerekekkel töltött idő örömét?

Éppen ellenkezőleg: ha jól csinálod, akkor a fegyelmezés nem teheti ki a gyerekekkel töltött idő 10%-ánál többet. A többi az önfelelt együttléte, a boldog, problémamentes közös perceké. Gondolj bele, sok szülőnek mennyi ideje megy rá arra, hogy próbálja kezelni a nehéz helyzeteket!

Tíz százalék nem sok, de ezen a tíz százalékon múlik a család boldogsága. Kis időbe telhet ugyan, mire beállítjuk a megfelelő rendszert, de vallom, hogy minden szabályt be lehet vezetni három nap alatt a gyerek életében, utána már „csak” következetesen be kell tartani.

Az első nap egyébként a legnehezebb – én csak rémálomnak hívom – ilyenkor gyakran a szülő is megkérdőjelezi, hogy jól csinálja-e, tényleg ez-e a helyes út. Amikor azonban jönnek az első eredmények, az nagyon meggyőző.

Néhány nap? Tényleg ilyen egyszerű lenne, még akkor is, ha évek óta fennáll egy probléma? Külső szemmel gyanúsán gyors sikert ígérsz...

Pedig így van, ha következetesen betartunk néhány alapelvet, két-három hét alatt már jól látható a változás. Gyakran az óvodában vagy az iskolában jelzik a szülőnek – igen, ilyen hamar! -, hogy pozitív irányba változott a gyerek viselkedése; nem véletlen, hogy sokszor az intézményekből irányítják hozzám a szülőket. Könnyű észrevenni, hogy ez a változás a gyerekeknek is jó: boldog és kiegyensúlyozott lesz.

Forrás: www.noivalto.hu



ZÖLD ÓVODA ROVAT

Madármentés a Lándzsa utcai óvodában

Óvodánkban minden évben megtartjuk az Állatok Világnapját.

Beszélgetünk az állatok szeretetéről, élőhelyükről, táplálkozásukról, testi jellemzőikről, kicsinyeikről, és arról is, hogy az embernek nagy a felelőssége abban, hogy gondoskodjon róluk, ne csak a hasznukat élvezze.

A gondoskodás lehetőségeit mindig átbeszéljük, és amit tudunk gyakorlatban is megteszünk az óvoda udvar állat lakóival, pl. madáreleség télen a madáretetőbe.

A nagycsoportosoknak Pócsi Ágnes Madárbarát Ovi foglalkozásokat tart rendszeresen, amit nagyon szeretnek a gyermekek.

Most nyáron lehetőségünk volt a gyakorlatban is részt venni egy madármentésben.

Egy forró, nyári késő délután jelezték az udvaron a gyermekek, hogy egy harkály beszorult a két fa közé. Dávid Kriszti dadus nénivel odamentünk, és Kriszti egy bátor mozdulattal kiszabadította a sérült madarat, aki el szeretett volna repülni, de csak a következő fa tövéig sikerült neki szegénynek. Ott erőtlenül próbálkozott felrepülni a fára, de nem sikerült. A fa tövében, mozdulatlanul volt, látszott, hogy nem tud helyet változtatni. Féltünk volna egyedül hagyni óvodazárás után, mert a macskák megtámadhatták volna éjszaka.

Elérkezett az ideje a gyakorlatban is, „élesben” az állatmentésnek. Felhívtam Pócsi Ágit, aki a jelzésekre azonnal elindult, és segített.

Embersége, állatok iránti felelőssége példamutató volt, kislányával együtt, munkaidőn kívül azonnal elindult, 15 percen belül megérkezett. Ezúton is köszönjük az azonnali segítséget!

Megérkezésekor a sérült fakopáncsot együtt elláttuk, itattuk az ott lévő gyerekekkel, ami nagy élmény volt mindannyiunk számára.

Boldogak voltunk, a szívünk megtelt szeretettel, hogy segíthettünk a kismadár megmentésében.

Fogadjanak szeretettel Tőlünk néhány képet, és Pócsi Ágnes hozzájárulásával a Facebook-on megjelent posztot, amiben leírja, hogy az óvoda után mi történt a kis fakopáncsal.

2022.10.02.

Vajda Marianna

Madárbarát ovi kapcsolattartó



Ági Pócsi

10 órája · 🌐

♥️ Ezt a fiatal harkályt tegnap mentette meg pár ovis és óvónő. Egy fa ágai közé szorult szegény, és ha a gyerekek nem veszik észre, az óvónők pedig - az erős csőrtől sem visszariadva - nem szabadítják ki, talán már a mai napot sem éri meg. Így is gondozásra szorul, mert nagyon le van gyengülve, és bár a szárnyai épek, nem tud repülni. Kedves Lándzsa utcai óvónénik! Én nagyon büszke vagyok Rátok! Sok ilyen felnőttre volna szükség, hogy a gyerekek jó példát lássanak maguk előtt. Egyébként a kerületi Napsugár óvoda minden tagóvodája részt vesz a Madarászovi programban is. Minden évben újra meg újra meghívják, hogy a gyerekek a madarakon keresztül ismerkedjenek a természettel és annak védelmével. És ilyenkor nagyon jó érzéssel tölt el, hogy talán egy picivel én is hozzájárulhatok, hogy másként tekintsenek az emberek a természetes környezetükre.



A történet vége:

„Miután hazahoztam, két napig megfigyelés alatt tartottam, hátha magától regenerálódik, és el lehet engedni. Külső sérülése nem volt, jó étvágygal evett, de nem tudott repülni. Két nap után sajnos nem változott a helyzet, így elvittem a Szentendrei Kisállatkert állatorvosához, Évihez, aki megvizsgálta. A vizsgálat alapján arra következtetett, hogy talán a gerince sérült, és egy humán gyógyszert adott neki, amit vízbe keverve, szájon át kellett neki adni. Ezt ott az állatkertben kapta meg, és tovább figyelték. Egy szép napon viszont a nyitott ajtajú ketrec várta a gondozókat, mert harkályunk gyógyultnak nyilvánította magát és miután kinyitotta az ajtót, elrepült 😊”

Pócsi Ágnes

Környezeti nevelő

Magyar madártani és természetvédelmi egyesület

BESZÁMOLÓ

A nevelési év eddig megvalósult eseményiről



Mobilitási hét

Ideje: 2022. szeptember 19-23.

Szervező: Eszter néni (Katica csoport)

Idén negyedik alkalommal rendeztük meg a Mobilitási hét alkalmából a csoportok közötti pontversenyünket.

Igyekeztünk olyan programokat szervezni a gyermekek számára, amely segít hozzájuk közelebb hozni a tudatos és fenntartható közlekedés fogalmát, úgy, hogy közben jól is mulathatnak.

Ezen a héten hétfőn Eszter néni a nagyobb csoportok számára „előadást” tartott a közlekedés környezetünkre gyakorolt hatásairól. Szerdán a Talicska-kihíváson vehettek részt a gyerekek és a szülők. Csütörtökön délelőtt a vállalkozó szellemű gyerekek körbeciclizhették az óvodát Andi néni és Kriszti néni kíséretével. Szeptember 22-én, az Autómentes napon délután a családokat invitáltuk meg egy közös biciklizésre a Hermina parkig.

A csoportok közötti pontversenyben a Pillangó csoport 61, a Süni csoport 67, a Napocska csoport 150 pontot szerzett. A legaktívabb csoportnak idén a Katica csoport bizonyult, akik 216 pontot szereztek, ezzel egy évre megnyerték a „Mobil Kupát”.

Mindenkinek köszönjük a programokon való aktív részvételt! ☺



Biciklizés az óvoda körül



Állatok világnapja

Ideje: 2022. október 4.

Szervező: Márti néni (Pillangó csoport)

Ezen a héten (október 3-7-ig) az állatoké volt a főszerep óvodánkban. Márti néni szuper programokkal készült a gyerekeknek.

Minden nap új állatokról szóló talalós kérdések várták az érkező gyerekeket, amelyekre a szüleik segítségével válaszolhattak. A szerdai napon Márti néni az udvaron tartott a csoportoknak játékos foglalkozásokat, ahol a gyerekek különféle állatok mozgásait utánozhatták. Csütörtökön, ismét Márti néni szervezésében, állatokkal kapcsolatos igaz-hamis kérdésekre felelhettek a gyerekek és részt vehettek a békás ügyességi játékban.

Pénteken, a hét megkoronázása képen, állatos fejdíszekbe öltözve, vidám zenékre táncoltak közösen a csoportok az óvoda udvarán.



Gólyajárás



Gólyalábazás



Zsákban ugrálás, mint a kenguru



Hány békát tudsz beugratni a tóba?

TERVEZETT PROGRAMOK

A 2022/2023-as nevelési év első felére



Márton nap

Ideje: 2022. november 11.

Szervező: Anikó néni (Pillangó csoport), csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Márton napi táncház



Egészség hét

Ideje: 2022. november 22-26.

Szervező: Kriszti néni (Katica csoport), csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Egészséges életmódhoz kapcsolódó foglalkozások, csoportok közötti pontverseny



Mikulás

Ideje: 2022. december 6.

Szervező: Csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Mikulás várás, ajándékatadás



Adventi zenés műsor

Ideje: 2022. december 9.

Szervező: Csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: A Bóbita Band adventi zenés műsorát hallgathatják meg a gyermekek.



Adventi kézműves délután

Ideje: 2022. december (A pontos időpontról e-mailben küldünk tájékoztatást.)

Szervező: Csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Mézeskalács sütés, barkácsolás



Karácsony

Ideje: 2022. december 12-16. (A pontos időpontról e-mailben küldünk tájékoztatást.)

Szervező: Csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Karácsonyi ünnepség



Medvehét

Ideje: 2022. január 30. - február 3.

Szervező: Melinda néni (Napocska csoport), csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Medvebarlang, medvékkel kapcsolatos foglalkozások, Maci kiállítás



Farsang

Ideje: 2022. február (A pontos időpontról e-mailben küldünk tájékoztatást.)

Szervező: Andi néni (Süni csoport), csoportos óvodapedagógusok

Tervezett programok: Jelmezbemutató, táncház, ügyességi játékok



AKTUALITÁSOK

A nyári zárás időpontja

Az óvoda a fenntartó jóváhagyása szerint nyáron 4 hetes időtartamban zárva tart, melyről a szülőket legkésőbb február 15-ig értesítjük. A nyári zárás ideje alatt, szülői igény alapján a gyermeket a nyitva tartó telephelyünk óvodájában fogadjuk.

A nevelés nélküli munkanapok rendje

A nevelés nélküli napokon szülői igény alapján a gyermekeket a Mátyásfüldi Fecskefészek vagy a Sashalmi Manoda óvodájában fogadják.

Ebben a nevelési évben még három ilyen napot tervezünk:

2022. október 15. szombat

2022. december 2. péntek

2023. március 6. hétfő

2023. június 19. hétfő

2023. augusztus 25. péntek

A nyílt napok időpontjai

Megnevezés	Részvevők	Időpont	Felelősök
Óvodaváró családi nap	Jelenleg járó és az óvodába jelentkező családok	2022. április	Heiner Andrea

A vezetői fogadóórák tervezett rendje

Név	Ideje	Időpont	Helyszín
Intézményvezető: Horváth Zsoltné	minden hónap első hétfő	8,00-17,00	Cziráki u.
Óvodavezető helyettes: Heiner Andrea	minden hónap harmadik kedd	16,30-17,00	Borotvás u.

GYEREKSZÁJ

Az óvodások kacagtatóan vicces megállapításaiból szemezgettem néhányat. ☺

A gyerekek egymást méregetik, ki milyen magas. Az egyik kislány közli mellette álló kisfiúval: „*Én is akkora vagyok, mint te csak én egy kicsit lentebb vagyok.*”

Karácsony közeledtével ünnepi dalokat hallgattunk a csoportban. Éppen Gryllus Vilmos egyik dala szólt. Az egyik kisfiú közölte; „*Én tudom ki ez, Vilmos Krisztus.*”

Alvás utáni megállapítások: „*Amikor alszom, akkor össze-vissza gabalyodom.*”
„*Összement a szemem.*”

Délután a gyerekek már gyakran ismételtetik a kérdést; „Mikor jönnek értem?”. Egy ilyen alkalommal hallottam ki két kisgyerek beszélgetéséből:
„*Én is mindig mondom anyának, hogy fusson. Aztán mondja, hogy jó, aztán most meg nem fut.*”



Könyvajánló

Kim John Payne

Melegszívű fegyelmezés *Kisgyermekkortól kamaszkorig*

A gyereknevelésben ugyanúgy vannak korszakok és divatok, mint a kultúra minden más területén. Volt idő, amikor a szülők túlzásba vitték a fegyelmezést, és a merev hozzáállással kikényszerített engedelmesség sok nemkívánatos következményhez vezetett. Ezzel szemben ma sok szülő még a fegyelmezés gondolatát is elutasítja, mert attól félnek, hogy ezzel eltaposnák gyerekük akarátát, és nem adnának teret egyénisége kibontakozásához. Nem akarják kitenni őt sok rossz élménynek, amit nekik maguknak kellett hajdan átélniük, és persze nem tehetetlen talpnyalóvá, hanem erős akaratú felnőtté szeretnék nevelni, akitől távol áll a kritikátlan tekintélytisztelet. Mások attól tartanak, hogy a fegyelmezés elidegenítené tőlük a gyerekeiket.

Ám ha egy gyereknek nagyobb szabadságot adunk, mint amivel bánni képes, akkor könnyen olyan helyzetekbe kerül, amelyekben nem boldogul. Mivel nem érzi magát biztonságban, szorongó, frusztrált és zavarodott lesz, folyamatosan ellenszegül, és kihívó viselkedéssel igyekszik a szülőből válaszreakciót kicsikarni, vagy olyan dolgokról kezd rendelkezni, amelyekről a felnőttnek kellene döntenie.

Ma a gyerekek egyébként is nehéz helyzetben vannak: túl sok inger éri őket, és túl sok a bizonytalanság az életükben. Éppen ezért mára a zavarodottság és a megnövekedett szorongás vált "normálissá", és ezek fényében nincs mit csodálkozni azon, hogy otthon és az iskolában is mind gyakrabban találkozhatunk problémás viselkedéssel. Ám fontos, hogy megértsük: ilyenkor nem egyszerűen "rossz magaviseletet", hanem a biztonságérzetet hozó egyensúly meglelésére tett kísérleteket láthatunk.

Bármilyen sokra is becsüljük a szabadságot, a korlátok és határok elengedhetetlenek ahhoz, hogy egy gyerek mentális egészségben nőhessen fel, és képes legyen megfelelően tájékozódni. Mindaddig, amíg ezeket tudatosan a gyerek változó igényeihez igazítjuk, nem kell attól félnünk, hogy elnyomjuk őt, vagy megromlik a kapcsolatunk. Éppen ellenkezőleg: a korának és aktuális helyzetének megfelelő, rugalmas határok a gondoskodás és biztonság érzetét nyújtják, így a szülő és gyerek közötti kötődést is erősítik.

Kim John Payne az egyik legismertebb ma is élő gyermekpszichológus, akinek Egyszerűbb gyermekkor című műve világszerte és Magyarországon is óriási sikert aratott. Új könyvében a melegszívű fegyelmezés filozófiájával és gyakorlatával ismertet meg, melyek segítségével a kényes nevelési helyzetekben is jól reagálhatunk, hatékonyan kezelve az ellenszegülő, provokatív, követelőző és más módon problematikus megnyilvánulásokat.

"Melegszívű fegyelmezés, irányítás, ide fut ki ez a könyv, rengeteg gyakorlati tanáccsal, és láthatod: így tudsz magadnak, gyerekednek és mindnyájunknak egy jobb világot építeni."

Dr. Vekerdy Tamás

